2.050 Nátierka tvarohová
l00 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, 1, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
tvaroh mäkký	1,00	1,00	1,30	1,30	1,80	1,80	2,10	2,10
maslo	0,70	0,70	0,70	0,70	0,90	0,90	1,20	1,20
smotana	0,20	0,20	0,35	0,35	0,45	0,45	0,50	0,50
soľ	0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05
cibuľa	0,20	0,17	0,25	0,21	0,30	0,25	0,40	0,32
paprika mletá červená	0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05
hmotnosť porcie v g	20		26		32		40	

Výrobný postup

Maslo vymiešame, pridáme prelisovaný tvaroh, smotanu, na jemno pokrájanú cibuľu a vyšľaháme do peny. Dochutíme soľou a červenou paprikou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	106	26	2,07	0,2	0,0	3,5	0,2	10,7	0,2	0,003	0,0	0,1	1,0	0,0
B	138	33	2,68	0,2	0,0	4,6	0,2	13,9	0,2	0,004	0,0	0,1	1,2	0,0
C	160	38	3,11	0,3	0,0	5,3	0,3	16,6	0,3	0,005	0,0	0,1	1,5	0,0
D	204	49	3,77	0,4	0,0	7,0	0,4	20,2	0,4	0,006	0,0	0,1	2,0	0,0